

Guía para construir un caso de violencia doméstica si no cuentas con una abogada/o

Por: Isaura Castela Huerta, feminista, doctora en Ciencias Humanas y Sociales, maestra en Estudios de Género y licenciada en Ciencias de la Comunicación.

Esta guía se centra en cómo recolectar y presentar evidencia en casos de violencia doméstica si no tienes el apoyo de una abogada/o. Primero, es necesario definir qué es violencia, para que puedas reconocer si estás atravesando por una situación en donde tu dignidad y tranquilidad están siendo socavadas. Después de esto, te vamos a contar cómo puedes reunir pruebas que te faciliten la presentación de una denuncia ante las autoridades competentes en caso de que no cuentes con una abogada/o. Finalmente, te diremos cómo integrar la carpeta de tu caso.

¿Para quién es útil esta guía?

Antes de iniciar, es importante saber que existen organizaciones que te pueden dar asesoría legal y proveer de una abogada/o sin costo para que realicen el trabajo de construir el caso y guiarte en el proceso. Normalmente, no es necesario que hagas todo lo que detallamos tú sola. Al final de esta guía puedes ver algunas organizaciones que podrían apoyarte dependiendo de tu país.

Ahora, si actualmente no puedes o no quieres acceder a una abogada/o, o no confías en la abogada/o que te proporcionó el Estado, esta guía te da un paso a paso y consejos útiles de cómo organizar la información que usualmente se usa para demostrar que eres víctima de violencia doméstica.

¿Qué es violencia?

De acuerdo con la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia de México, hay cinco tipos de violencia:

1. Violencia psicológica: [...] cualquier acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, que puede consistir en: negligencia, abandono, descuido reiterado, celotipia, insultos,

humillaciones, devaluación, marginación, desamor, indiferencia, infidelidad, comparaciones destructivas, rechazo, restricción a la autodeterminación y amenazas, las cuales conllevan a la víctima a la depresión, al aislamiento, a la devaluación de su autoestima e incluso al suicidio.

2. **Violencia física:** [...] cualquier acto que inflige daño no accidental, usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar o no lesiones ya sean internas, externas, o ambas.
3. **Violencia patrimonial:** [...] cualquier acto u omisión que afecta la supervivencia de la víctima. Se manifiesta en: la transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, documentos personales, bienes y valores, derechos patrimoniales o recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades y puede abarcar los daños a los bienes comunes o propios de la víctima.
4. **Violencia económica:** [...] toda acción u omisión del agresor que afecta la supervivencia económica de la víctima. Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas, así como la percepción de un salario menor por igual trabajo, dentro de un mismo centro laboral.
5. **Violencia sexual:** [...] cualquier acto que degrada o daña el cuerpo y/o la sexualidad de la víctima y que, por tanto, atenta contra su libertad, dignidad e integridad física. Es una expresión de abuso de poder que implica la supremacía masculina sobre la mujer, al denigrarla y concebirla como objeto.

La violencia familiar es una de las modalidades en las que se manifiestan estos actos que dañan la dignidad y la integridad. La ley la define como: “el acto abusivo de poder u omisión intencional, dirigido a dominar, someter, controlar, o agredir de manera física, verbal, psicológica, patrimonial, económica y sexual a las mujeres, dentro o fuera del domicilio familiar, cuyo agresor tenga o haya tenido relación de parentesco por consanguinidad o afinidad, de matrimonio, concubinato o mantengan o hayan mantenido una relación de hecho”.

Si identificas que estás en una relación abusiva, recolectar evidencia es crucial. Los tipos de evidencia que puedes presentar incluyen desde diversas declaraciones, documentos legales, cartas e informes, hasta pruebas visuales y sonoras de los abusos. Mientras más exactitud en los detalles, tu caso será más persuasivo. Así, tu denuncia deberá incluir un relato detallado de los hechos ocurridos, que puedes acompañar de evidencia.

¿Cómo recabar evidencia?

Aquí una lista de las cosas que puedes hacer para recabar evidencia.

1. Si no has dejado la casa en donde vives el abuso, considera llevar un diario en donde registres cada pequeño incidente. Es muy importante, por ejemplo, anotar las palabras exactas que te dice, el tono de la voz, los momentos en los que ocurre el abuso. Si temes que tu diario pueda ser encontrado por tu agresor, puedes crear un diario confidencial en línea (<https://penzu.com/>). Si llevas un tiempo en una relación abusiva, puede ser difícil detectar cuáles son los casos de abuso que deberías registrar. Lo mejor es registrar más, y descartar después si no es tan útil. Una forma de ayudarte a hacerlo es imaginar tu vida vivida por alguien a quien quieres y proteges, por ejemplo, tu hermana, amiga, prima, hija o sobrina. Ahora imagina que viven tu vida y anota todos los casos de abuso a los que se enfrentan en un día. Piensa en lo que ven, oyen y experimentan. Ahora, repite esto durante toda la semana. Cuando tengas todo esto escrito, rodea los puntos que demuestran la naturaleza del abuso y la manipulación. Anota todos los casos que se puedan registrar de forma fácil y segura. Este es un buen punto de partida para recopilar pruebas.
2. Conserva todos los mensajes de texto, imágenes y videos que te envíe tu abusador. En muchas ocasiones los maltratadores intentan cuestionar las pruebas poniendo en duda el estado mental de quien les denuncia, intentando hacerles parecer mentalmente inestable. Esto se conoce como *gaslighting*. Así, los mensajes, imágenes, videos que recolectes servirán como prueba de que estás diciendo la verdad y la acusación de abuso está justificada. Si has abandonado la situación de maltrato, puedes seguir recopilando pruebas guardando lo que ya te han enviado o hecho (llamadas, mensajes, correos electrónicos, fotos) o grabando las interacciones en las que admiten el maltrato que cometieron en el pasado, o cuando te amenazaron.
3. Asegúrate de que, sean cuales sean las pruebas que recojas, debes mantenerlas a salvo y lejos de tu agresor para que no puedan ser destruidas y descubiertas.
4. Si piensas que no tienes ninguna prueba, habla con alguna persona de tu confianza, tal vez pueda detectar fuentes de pruebas que tú hayas pasado por alto. Piensa en todas las veces que tu agresor te ha hecho daño.

Ahora te presentamos los cinco tipos de evidencia que suelen ser aceptados como pruebas.

- a. Documental - incluye diversos documentos y reportes: cualquier informe de un especialista de la salud que dé fe de tu estado físico y mental, o también su testimonio sobre un incidente (por ejemplo, gritos cuando te acompañó a una revisión); cualquier reporte de la policía a tu maltratador; cualquier causa penal contra tu maltratador; cartas de organizaciones que apoyen a las sobrevivientes de violencia doméstica; cualquier otro informe, documento o prueba oficial que pueda aportar pruebas del maltrato al que te has enfrentado o al que se ha enfrentado otra persona por parte de tu agresor.
- b. Físico / Real - se trata de objetos materiales que sirvan para poner en evidencia el abuso: cosas como ropa rasgada, una carta, un arma, documentos y documentos parcialmente destruidos, u otros objetos físicos tangibles. También puede incluir fotografías, mensajes de texto, correos electrónicos, conversaciones en las redes sociales, videos y archivos de audio de los hechos abusivos.
- c. De oídas - se trata del testimonio proporcionado por un testigo, o por otra persona, fuera del tribunal, y no como parte de su testimonio: un miembro de tu familia que diga que está preocupado por ti porque ha visto a tu maltratador actuar con violencia, o un vecino que diga que ha oído discusiones e indicios de maltrato, pueden incluirse como pruebas de oídas si estas declaraciones se hacen fuera del tribunal. Las pruebas de oídas son menos poderosas que las declaraciones de los testigos prestadas ante el tribunal, pero pueden ser útiles si puedes demostrarlas mediante una declaración de apoyo o alguna otra prueba registrada. Merece la pena reunir este tipo de pruebas, aunque exista la posibilidad de que no sean tan poderosas.
- d. Testimonio - la prueba testifical es la que presta un testigo, bajo juramento, en el proceso de un juicio. Hay testigos directos, expertos y de carácter.

Testigos directos: Son personas que han presenciado directamente los abusos.

Testigos expertos: Suelen ser médicas/os, trabajadoras/es sociales, enfermeras/os o psicólogas/os, es decir, personas que se consideran expertas en un campo del que el tribunal puede no tener suficiente conocimiento.

Testigos de carácter: Estos testigos testifican sobre su carácter en el proceso judicial. Deben ser personas que conozcan tu situación, pero también personas de diferentes ámbitos de tu vida: por ejemplo, un miembro de la familia, una amistad, un empleador o un profesor del colegio de tus hijas/os que pueda dar fe de que eres una madre responsable. Incluso las declaraciones más sencillas sobre el comportamiento de tu hijo en la escuela o la evaluación de tu trabajo por parte de tu empleador pueden ser útiles: cualquier cosa que digan puede servir para apoyar tu caso de una forma u otra.

Recuerda que lo más importante al recoger las pruebas es tu seguridad. Por ello, ten siempre cuidado y asegúrate de recoger las pruebas de forma que no supongan una amenaza para ti. He aquí algunas normas generales de seguridad:

- Graba sin levantar sospechas, tu seguridad personal es siempre lo más importante;
- Cuando grabes o recojas pruebas, piensa siempre en una excusa por si alguien en quien no confíes te interroga al respecto;
- Guarda los archivos en línea, con un nombre poco evidente; puedes guardarlos en cuentas de correo electrónico, Dropbox.com y Google Drive. También puedes proteger con contraseña tus documentos fuera de línea, aunque ten mucho cuidado y ponle un nombre poco evidente para no despertar sospechas.
- Guarda los archivos sin conexión, preferiblemente en varias copias en varios lugares; es probable que tu computadora almacena el historial de "archivos recientes". Asegúrate de eliminarlos de la lista, o de desactivar por completo esta opción.
- Comparte las pruebas con personas de confianza. Si tienes más de una persona de confianza, ¡envíala a todas ellas! Sin embargo, asegúrate de que la persona no te traicionará - si no estás segura, puedes poner a prueba su confianza, confiándoles secretos menos importantes.

¿Qué incluir en la carpeta del caso?

1. Carta de presentación

Incluir:

- Quién eres
- ¿Por qué presentas este caso / para qué es?
- Qué sugieren las pruebas
- Por qué has reunido las pruebas
- Un apéndice de los diferentes tipos de documentos incluidos en la carpeta

2. Declaración personal - escrita por ti

Incluir:

- Escribe en primera persona. Utiliza "yo" en lugar de "ella/él".
- Primer párrafo - Describe brevemente tu situación: tienes una relación abusiva, has escapado de ella, cuál es tu posición actual, etc. A continuación, indica claramente lo que solicitas, por ejemplo, divorcio, condena por violencia doméstica o acoso, asilo, custodia de los hijos, etc.
- Narración cronológica de los acontecimientos.
- Incluye sólo los acontecimientos principales y significativos. Puedes escribir un párrafo para exponer cómo fue un día habitual con el suficiente detalle para que el lector lo entienda sin entrar en profundidad en cada incidente ocurrido.
- Describe tu contexto cultural y otros contextos relevantes: por ejemplo, tu situación familiar, antecedentes o tendencias locales, sucesos y costumbres, etc. Es posible que la persona que lea el documento no entienda el significado de algunas cosas para ti, así que deja siempre claro por qué es importante lo que describes.
- Comparte y explica las pruebas que puedas adjuntar en otros lugares, incluidas las de oídas y las originales cuando sea pertinente.
- Añade las citas entre comillas y describe siempre el contexto cultural.

3. Cronología de los hechos

La línea del tiempo de los acontecimientos debe ser cronológica. Ya has explicado en la carta de presentación por qué estás construyendo este caso. La cronología de los acontecimientos es tu oportunidad de demostrar la secuencia de los hechos que te han sucedido y cómo te han afectado.

Incluir:

- Primer caso de abuso. ¿Cuándo empezó?
- Todos los incidentes importantes.
- Explica cómo es un día típico en tu vida durante un período de abuso.
- Para cada evento de la línea de tiempo, debes mencionar lo siguiente, incluso si es aproximado (asegúrate de indicarlo).
- Qué ocurrió
- Fecha
- Día
- Hora
- Lugar
- ¿Quién más lo presencié?

- Cualquier evidencia relacionada con el evento de la línea de tiempo

4. Declaraciones de apoyo - escritas por otras personas para apoyar tu caso

¿A quién puedes pedir que te escriba una declaración? - Amigas/os, Familia, Vecinas/os, Trabajadoras/es sociales, Médica/o o enfermera/o, Visitante de la salud, Profesor/a de las/os niñas/os, Tu profesor/a, Cualquier persona en la que hayas confiado o que haya visto el abuso de primera mano o haya visto su efecto en ti, Cualquier ONG u organización benéfica que te apoye.

Incluye una carta de presentación de quienes te apoyan: puede ser una tabla o lista con los nombres, fecha de nacimiento, número de DNI (si procede), relación contigo y dirección.

Cada declaración debe incluir:

- El nombre completo de la persona, su fecha de nacimiento, quién es y con quién está casada.
- La dirección de su casa si la conoces a título personal (por ejemplo, tus amistades); debes especificar en qué país vive.
- Su dirección profesional si la conoces a título profesional (por ejemplo, si se trata de tu médico, la dirección de su consulta/clínica).
- La relación contigo y el tiempo que tienen de conocerse.
- Por regla general, la declaración debe contener el mayor número posible de detalles sobre la persona y su relación contigo; si la persona es un miembro de una familia, también debe proporcionar los nombres de sus padres, hermanas/os, hijas/os (si los hay) y otros parientes, su estado civil, etc.
- Copia del documento de identidad/escaneado está bien.
- Datos de contacto: un número de teléfono y una dirección de correo electrónico si la tienen.
- Una declaración de primera mano: deben mencionar todas las veces que fueron testigos o escucharon del abuso y de tu situación por parte tuya, sus familiares, amigos o cualquier otra persona.
- Es muy importante que la persona indique claramente la primera vez que se enteró de los malos tratos contra ti y cómo los descubrió.
- Asegúrate de que la persona firme la declaración. Esto puede hacerse imprimiendo el documento, firmándolo y escaneándolo después, o añadiendo una firma digital.

Es importante señalar que, si cuentas con una abogada, en general con el nombre y el apellido, el DNI, la dirección, el teléfono, y la relación o vínculo de tus testigos es suficiente. Solo son necesarios para poder comunicarse con la persona.

5. Cualquier otra cosa que pueda ser relevante, por ejemplo, anotaciones en tu diario.

Incluir:

- Carta de presentación en la que expliques por qué empezaste a llevar un diario.
- Algunos ejemplos de anotaciones en el diario: destaca aquí las más importantes para tu caso.
- El diario completo, si lo tienes.

6. Fotografías y videos

Incluir:

- La fecha y la hora
- El contexto de las fotografías y los videos
- En el caso de los videos, explicar quienes aparecen e incluir una transcripción

7. Informes o documentos de instituciones

Estos son los tipos de informes que puedes incluir:

- Cualquier informe formal del hospital, de la enfermera, de la médica, del terapeuta o del masajista que dé fe de tu estado mental o físico. También pueden ser testigos de un incidente, por ejemplo, tu pareja gritándote en el hospital o acompañándote a una revisión.
- Cualquier factura / condena / informe de incidencia o advertencia de la policía a tu maltratador.
- Cualquier causa penal contra tu maltratador o que tu maltratador haya interpuesto contra ti.

- Carta de cualquier organización que apoye a sobrevivientes de violencia doméstica, es decir, un refugio, un bufete de abogados o incluso una línea de ayuda.
- Cualquier otro informe oficial o prueba que pueda acreditar los malos tratos a los que te has enfrentado o cualquier otra persona por parte de tu agresor.

Detalle importante

Asegúrate de enumerar y etiquetar correctamente las diferentes secciones de tu carpeta para que sea más fácil de mostrar a las demás personas y para que puedan hojearla.

Algunos consejos a tener en cuenta

- No imprimas más pequeño que el tamaño de letra 12.
- Si es posible, imprime 3-4 copias para tener 4 carpetas idénticas. Esconde una de ellas en un lugar seguro, si es que puedes hacerlo, o dásela a alguien de confianza.
- Guarda copias digitales de todo y envíalas por correo electrónico a varias direcciones y a algunas personas de confianza. Si no sabes en quién confiar, envía estas pruebas a cualquier ONG u organización que te esté ayudando. También puedes crear una cuenta protegida con contraseña en Dropbox.

Organizaciones que te pueden orientar y apoyar si vives violencia doméstica

Ciudad de México

Casa Gaviota - <https://www.casagaviota.org/asesoria-legal>

Fundación Vive 100% Mujer - <http://www.vivemujer.org/>

Asociación para el Desarrollo Integral de Personas Violadas - <http://www.adivac.org/atn-medica.php>

Fundación DIARQ - <http://www.fdiarg.org/atencion-a-la-violencia.html>

Vereda Themis - <http://www.veredathemis.org.mx/>

Fuentes

Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia:

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209278/Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209278/Ley_General_de_Acceso_de_las_Mujeres_a_una_Vida_Libre_de_Violencia.pdf)

How to build a domestic abuse case without a lawyer: <https://chayn.gitbook.io/how-to-build-a-domestic-abuse-case-without-a-lawyer/english/how-to-use-this-guide>

Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos. Impunidad en México-
Cómo denunciar: <http://cmdpdh.org/impunidad/denuncia-los-abusos/>